

"19" января 2026г

## МЕНЮ

| САД            |                                                                          |         |        |        |          |            |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------|---------|--------|--------|----------|------------|
| К              | Наименование блюд                                                        | Выход   | Б      | Ж      | У        | Э          |
|                | Макароны с сыром Российский                                              | 195     | 10.320 | 12.900 | 91.540   | 325.125    |
|                | Чай с сахаром и лимоном                                                  | 180/8/7 | 0.003  | 0.000  | 8,8      | 33.920     |
|                | Бутерброд с маслом сливочным<br>Крестьянское ( батон Рябинушка)          | 30/5    | 2.130  | 5.030  | 15.040   | 116.000    |
|                | Итого за завтрак:                                                        | 425     | 12.453 | 17.930 | 115.380  | 475.045    |
| ОБЕД           | Суп картофельный с клецками                                              | 200     | 2.971  | 4.600  | 19.938   | 121.411    |
|                | Шницель из мяса говядины с маслом<br>сливочным                           | 70/4    | 12.220 | 13.590 | 10.622   | 214.842    |
|                | Овощи отварные с жиром (морковь)                                         | 120     | 2,3    | 3.465  | 5.979    | 65.571     |
|                | Компот из смеси сухофруктов                                              | 180/8   | 2,3    | 0.000  | 19.340   | 77.120     |
|                | Хлеб ржаной/ пшеничный                                                   | 50/30   | 5.400  | 1.400  | 32.000   | 169.100    |
|                | Итого за обед:                                                           | 662     | 23.249 | 2.380  | 87.879   | 648.044    |
| ПО             | Каша жидкая молочная рисовая с маслом<br>сливочным Крестьянское          | 200/5   | 6.490  | 7.420  | 28.400   | 208.320    |
|                | Какао с молоком                                                          | 180/8   | 2.660  | 2.380  | 12.465   | 79.720     |
|                | Хлеб пшеничный                                                           | 30      | 2.100  | 0.900  | 15.000   | 78.600     |
|                | Итого за полдник:                                                        | 423     | 11.250 | 10.700 | 55.865   | 366.640    |
| УЖИН           | Ватрушка с творогом                                                      | 80      | 11.440 | 3.240  | 47.988   | 289.730    |
| Итого за день: |                                                                          | 1590    | 58.392 | 34.25  | 202.591  | 1779.459   |
| К              | ЯСЛИ                                                                     |         |        |        |          |            |
|                | Наименование блюд                                                        | Выход   | Б      | Ж      | У        | Э          |
|                | Макароны с сыром                                                         | 175     | 8.270  | 4.282  | 96.424   | 190.980    |
|                | Чай с сахаром и лимоном                                                  | 150/7/5 | 0.020  | 0.000  | 7.000    | 26.530     |
|                | Бутерброд с маслом сливочным<br>Крестьянское ( батон Рябинушка)          | 20/5    | 1.430  | 4.730  | 10.040   | 89.800     |
|                | Итого за завтрак:                                                        | 352     | 9.720  | 9.012  | 113.464  | 307.310    |
| ОБЕД           | Суп картофельный с клецками                                              | 180     | 2.460  | 4.050  | 9.167    | 70.437     |
|                | Шницель из мяса говядины с маслом<br>сливочным                           | 60/3.4  | 10.480 | 11.620 | 9.104    | 183.928    |
|                | Овощи отварные с жиром (морковь)                                         | 120     | 2.300  | 3.470  | 5.979    | 65.571     |
|                | Компот из смеси сухофруктов                                              | 150/7   | 0.300  | 0.000  | 16.450   | 65.530     |
|                | Хлеб ржаной/ пшеничный                                                   | 40/20   | 4.040  | 1.000  | 23.600   | 124.800    |
|                | Итого за обед:                                                           | 580     | 19.580 | 20.140 | 64.300   | 510.266    |
| ПО             | Каша жидкая молочная из рисовой крупы с<br>маслом сливочным Крестьянское | 150/4   | 5.43   | 5.82   | 24.622   | 134.75     |
|                | Какао с молоком                                                          | 150/8   | 2.100  | 1.880  | 11.525   | 69.320     |
|                | Хлеб пшеничный                                                           | 20      | 1.400  | 0.600  | 10.000   | 52.400     |
|                | Итого за полдник:                                                        | 331     | 8.930  | 8.300  | 45.147   | 252.680    |
| УЖИН           | Ватрушка с творогом                                                      | 80      | 11.440 | 3.240  | 47.988   | 289.730    |
| Итого за день: |                                                                          | 1343    | 49.67  | 40.692 | 270.8992 | 1359.98632 |

Ясли 140-96 Стоимость питания 1 ребенка в день Сад 155-15